Nr. 12. Cena 50 gr.

MŁODA MATKA



J. Reynolds.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Pismo popierane przez Polskie Towarzystwo Pediatryczne.

ROK I. NR. 12.

MŁODA · MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY · PRZEZ · POLSKIE · TOWARZYSTWO · PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT WRZEŚNIOWY 1927 R.

TREŚĆ NUMERU:



Zosia w przedszkolu ogląda bardzo zabawne obrazki.

O PRZEKARMIANIU NIEMOWLĄT

Pożywienie niemowlęcia składa się z pewnych ściśle określonych składników. Są to białka, tłuszcze, wodany węgla, sole mineralne i woda. Wszystkie wyszczególnione składniki stanowią pożywienie niemowlęcia czy to naturalne—mleko kobiece, czy to sztuczne—powszechnie znane mieszanki, stosowane przy sztucznem odżywianiu niemowląt. A więc mleko krowie samo lub w połączeniu z cukrem i kleikiem (wodany węgla), wywary z jarzyn, zupy mięsne rosolowe i t. p. Jeżeli mówimy o przekarmianiu niemowląt, to należy mieć na względzie nadmierne przekarmianie bądź jednym ze składników: naprzykład nadmiernem podawaniem w pożywieniu bądź białka, bądź tłuszczu lub wodanów węgla (cukier, potrawy mączne). Naówczas będziemy mieli do czynienia z jednostronnem odżywianiem i przekarmianiem. Bądź też możemy przekarmiać niemowlę nadmiernie i równocześnie wszystkiemi trzema składnikami naraz (białkiem, tłuszczem i wodanami węgla). Zatem w odżywianiu niemowlęcia mamy pewnego rodzaju zamknięty łańcuch, którego poszczególne ogniwa stanowią białka, tłuszcze, wodany węgla, sole i woda. W ostatniem dziesięcioleciu w odżywianiu niemowląt nastąpił znamienny zwrot.

Dawniej wszechwładnie panował strach przed przekarmianiem niemowląt. Skutki były takie, że zaczęto świadomie lub podświadomie głodzić niemowlęta! Trzeba było dużo czasu i pracy doświadczalnej, aby się przekonać, że niedokarmianie niemowląt pociąga za sobą bardzo wielkie szkody dla ustroju dziecka. Pomijam tu zrozumiałe zahamowanie wagi, wzrostu i wogóle rozwoju fizycznego niemowlęcia, jako skutki naoczne niedokarmiania. Najważniejszym atoli wynikiem długotrwałego niedokarmiania był cały szereg ciężkich, o charakterze przewlekłym chorób niemowlęcia, jak biegunki, wyniszczenia, stany zmniejszonej odporności na infekcje i t. p.

Szczęśliwie obecne pokolenie od 10-ciu lat jest odżywiane na całkiem odmiennej zasadzie: dzieci należy odżywiać, nie głodzić i karmić zależnie od zapotrzebowania, nawskroś indywidualnego u niemowlęcia, lecz w żadnym wypadku nie niedokarmiać. Raczej lepsze jest przekarmianie, niż niedokarmianie, a przynajmniej mniej szkodliwe to pierwsze!

Przypuśćmy, że przekarmiamy niemowlę nadmiernie piersią. Co będzie naówczas? Nadmierną ilość pokarmu niemowlę zrzuca, odlewa, wymiotuje bądź „żywym pokarmem“ lub też „ściętym twarożkiem“. Ale jest zdrowe mimo to. Chwilami tylko zdradza brak łaknienia, przesypia swoje „urzędowe godziny“ posiłków. Miast 6 — 7 karmień zadawalnia się 5-cio, a nawet niekiedy czterokrotnem karmieniem w ciągu doby. Niepotrzebnie matkę karmiącą ogarnia

niepokój i trwoga... Stan ogólny niemowlęcia jest doskonały, humor pyszny, samopoczucie dobre, stołeczki normalne, rzadziej posiekane, jak jajecznica. W tym wypadku przekarmianie nie wpływa bynajmniej na prawidłowy przyrost wagi ciała niemowlęcia, a rozwój jego fizyczny jest całkiem prawidłowy. Rzadziej tylko przy nadmiernem karmieniu piersią mamy takie objawy jak wzdęcia brzuszka, kolki, kopanie nóżkami, krzyki dziecka i niestrawność. Z nadmierną ilością pokarmu kobiecego dziecko przeważnie łatwo daje sobie radę za pomocą odlewania (zrzucania) — jest to w tym wypadku celowy, obronny akt ustroju niemowlęcia, dzięki któremu uwalnia się ono od nadmiaru pokarmu. Istotnej i widomej szkody dla organizmu i prawidłowego rozwoju niemowlęcia niema. To samo można powiedzieć o dziecku, które, będąc karmione piersią, jest równocześnie dokarmiane mieszanką. Nadmierne karmienie takiego niemowlęcia poważnej szkody wyrządzić mu nie może! Doskonale o tem wiedzą wszystkie matki, że dzieci przekarmiane pokarmem lub karmione piersią i dokarmiane — najczęściej nie zapadają latem na ciężkie choroby żołądkowo - jelitowe! Stąd też prosty wniosek: odżywiając niemowlę pokarmem kobiecym, tem samem zabezpieczamy go od wielu chorób wieku dziecięcego. Przekarmiając dziecko piersią — możemy nie obawiać się u niemowlęcia poważniejszej choroby kiszek. Nawet niestrawność i biegunka u dziecka przekarmionego piersią — jest cierpieniem banalnem, które łatwo daje się opanować!!!

Nie mniej przeto należy dążyć, aby ilości podawanego niemowlęciu pokarmu odpowiadały jego zapotrzebowaniu. Zgoła odmiennie przedstawia się sprawa przekarmiania dzieci, karmionych tylko sztucznie! Tutaj wskazana jest w odżywianiu wielka ostrożność, zwłaszcza w okresie letnich miesięcy lub w czasie epidemji biegunki u dzieci. Przekarmianie sztucznie odżywianego niemowlęcia, o ile może bezkarnie przechodzić w okresie jesiennych i zimowych miesięcy, o tyle latem może ono pociągnąć za sobą skutki wręcz katastrofalne! Przekarmianie latem łatwo sprzyja powstawaniu gnicia i fermentacji w narządach trawiennych niemowlęcia. Naówczas zjawia się nadmierne rozszerzenie całego przewodu żołądkowo - jelitowego. Występuje wtedy wzdęcie brzuszka, zaparcie stolca lub naprzemian biegunka... Wkrótce zjawiają się wymioty, stolce płynne, wodniste, z domieszką śluzu, cuchnące. Zanim otoczenie dokładnie zda sobie sprawę z istoty cierpienia — niemowlę obłożnie zapada na ciężkie schorzenie przewodu pokarmowego, pospolicie zwane czy to katarem kiszek, czy to choleryną i może zginąć. Jak widzimy, latem z przekarmianiem niemowląt, karmionych sztucznie, należy być bardzo i bardzo ostrożnym!!! Pedantycznie należy przestrzegać godzin i norm pożywienia, wskazanych przez lekarza. O ile niemowlę latem zdradza niechęć do jedzenia lub całkowity brak łaknienia — nie zmuszać go koniecznie do wypicia bute-

leczki. Daleko lepsze w tych wypadkach oddaje usługi niedokarmienie, niż przekarmienie.

A więc niemowląt nie przekarmiać, ale i bez potrzeby nie głodzić! Zarówno w jednym jak i w drugim wypadku zachować pewne umiarkowanie i ostrożność, szczególnie jeżeli niemowlę karmione jest sztucznie.

Dr. R. Stankiewicz.

MATKA I LEKARZ SZKOLNY*)

Skończyły się wakacje. Dzieci wracają do szkoły. Rodzice, zwłaszcza tych szczęśliwych wybrańców losu, którzy mogli cały czas letni spędzić gdzieś na wsi, w górach czy nad morzem, spoglądają bacznie na swoje „pociechy" — czy dostatecznie wypoczęły, czy wzmocniły się na tyle, żeby z zapasem nowej energji podjąć pracę szkolną. Z specjalną troską myślą matki zwłaszcza o tych „nowicjuszach" — którzy z wielkim strachem ale i z dumą wkraczają poraz pierwszy w mury szkolne.

„Czy aby się nie przemęczy? — czy mu nie będą dokuczać? — a czy będzie dość grzeczny? — czy zapamięta wszystko, co mu powiedzą" — i t. d. i t. d. — tysiące pytań i wątpliwości, projektów i zakłopotań nasuwa się matce w ostatniej chwili — a wśród trosk tych wszystkich—góruje trwoga o zdrowie dziecka. I tutaj liczy matka głównie na pomoc i opiekę lekarza szkolnego.

Instytucja lekarzy szkolnych — dzięki usilnej pracy całego społeczeństwa i odpowiednich czynników rządowych (zwłaszcza b. Min. Zdrowia i Min. Oświaty) rozwinęła się w Polsce ogromnie. Dzięki też lekarzom szkolnym zwłaszcza w większych miastach — cała młodzież szkolna co do zdrowia pozostaje pod pilną kontrolą. Dla pracy jednak owocnej lekarza szkolnego — zasadniczym postulatem jest ciągła łączność z domem i rodzicami i zrozumienie przez rodziców czego mają od lekarza żądać, i o co się do niego zwracać.

Im więc to, a zwłaszcza tej matce, która wprowadza syna czy córkę poraz pierwszy do szkoły — poświęcone jest tych parę uwag.

Do obowiązków lekarza szkolnego należy więc między innemi pilnowanie warunków zdrowotnych szkoły. Z zaufaniem więc oddając syna czy córkę szkole — matka nie powinna mieć już obaw, że jej dziecko albo się przegrzewa w klasie lub zanadto marznie, że „psuje oczy po ciemku", że „siedzi za daleko od tablicy", że niema gdzie umyć rąk, że ma za wysoką ławkę i t. d. i t. d. Lekarz też wspólnie z personelem nauczycielskim szkoły dopilnuje, żeby chory uczeń, zwłaszcza na chorobę zakaźną,

---

*) Artykuł przeznaczony dla matek tych dzieci, które w bieżącym roku szkolnym poraz pierwszy udają się do szkoły.

nie przebywał w szkole i żeby ściśle były wykonane przepisy izolacyjne. Wspólnie też z nauczycielem będzie myślał o racjonalnym rozkładzie godzin pracy, o dostatecznej ilości odpoczynku, o gimnastyce, zabawach na świeżem powietrzu.

Szkoła wychowuje dziecko. Lekarz musi dopilnować, żeby wychowanie i nauczanie dziecka — objęło także niezmiernie ważną gałęź życia ludzkiego — jaką jest nauka o zdrowiu. Dziecko w szkole musi zdobyć podstawy tych wiadomości, które są konieczne dla niego i racjonalnego jego rozwoju, i to nietylko zdobyć je jako wiedzę — ale zdobyć jako nałóg, jako przyzwyczajenie do życia zdrowego, wreszcie lekarz szkolny ocenia, w swym jedno lub dwurazowym badaniu wszystkie dzieci w szkole — ustalając ich stopień zdrowia i wykrywając te drobne nieraz, a w swych konsekwencjach groźne usterki — które zawczasu leczone szybko dają się usunąć. Naturalnie, nie jest on w stanie więcej dać rodzicom wiadomości o zdrowiu dziecka, niż to zrobił już lekarz domowy, stary przyjaciel rodziców i doradca — który też dzieci leczy.

I tu jest nieraz duży punkt niezgody — i nieporozumienia — między lekarzem szkolnym a rodzicami. Lekarz szkolny — nie leczy — on tylko radzi, uprzedza rodziców, obserwuje, wywiera nacisk moralny — ale leczenie przekracza jego obowiązki. I słusznie — szkoła nie jest szpitalem ani ambulatorjum. Oto mniej więcej wszystko — czego należy oczekiwać od lekarza szkolnego. Ale praca jego tym będzie owocniejsza im większą znajdzie on pomoc i współpracę — nie tylko w szkole, ale i wśród rodziców. Oni to bowiem informując go o różnych brakach swego dziecka w zakresie zdrowia, tak, jak informują nauczyciela i wychowawcę — w trudnościach wychowania — pozwalają na bardziej ścisłe poznanie poszczególnych dzieci, a co za tem idzie tem skuteczniejszą pracę nad ich normalnym zdrowym rozwojem. Współpraca lekarza z domem ma i ten skutek — że wpływ jego wykracza już poza mury szkolne—szerząc przez dziecko niezbędne wiadomości o zdrowiu i higjenie życia codziennego — w domu, zmuszając rodziców do skontrolowania swego dotychczasowego postępowania i zastosowania się do wskazówek lekarza również przy wychowywaniu starszego czy młodszego rodzeństwa.

Dr. J. Bogdanowicz.



PARĘ SŁÓW O KASZLU

Kaszel jest objawem napotykanym w szeregu cierpień. Występuje on w cierpieniach płuc i opłucnej; widzimy go także w cierpieniach górnych odcinków dróg oddechowych; towarzyszy on również szeregowi chorób zakaźnych, jak koklusz, odra, grypa i t. d. Kaszel jest więc objawem, który może nasuwać przypuszczenia istnienia najrozmaitszych cierpień od przejściowego zakatarzenia gardzieli aż do najpoważniejszych schorzeń płuc, jak gruźlica płuc włącznie.

Postępowanie więc nasze w każdym poszczególnym przypadku winno być inne w zależności od przyczyny kaszlu. Bez poprzedniego więc badania lekarskiego i bez ustalenia przyczyny kaszlu nie może być mowy o racjonalnem jego leczeniu. Trudno jest żądać od rodziców dzieci, aby orjentowali się w licznych przyczynach kaszlu i od tego uzależniali to lub inne postępowanie lecznicze, o tem winien decydować lekarz. Lecz jest jeden przesąd tak głęboko zakorzeniony u nas, że uważam za wskazane udzielić mu parę słów.

Przyjrzyjmy się typowemu obrazkowi, który widujemy na każdym kroku. Dziecko dotychczas zupełnie zdrowe, kładąc się spać lub wstając, kasłnęło. Odrazu przez otoczenie zostaje ustalone rozpoznanie „dziecko zaziębiło się“; nie zważając na to, że dziecko nie gorączkuje, że niema zupełnie innych objawów nasuwających podejrzenie na powstającą chorobę, los dziecka jest przesądzony. Zostaje ono zamknięte w pokoju, okna są szczelnie zamknięte, pokój zaś z obawy przed „przeciągiem“ nie jest przewietrzany; o ile zaś to miało miejsce na jesieni lub w zimie, dziecko w przeciągu szeregu dni lub nawet tygodni zostaje pozbawione spacerów i powietrza. Często nawet interwencja lekarza nie pomaga. Autorytet ciotki lub babki zwycięża. Cóż jednak osiąga się na tej drodze? Kaszel z „przeziębienia“ jest najczęściej objawem istniejącego nieżytu nosa i gardzieli. Jak wiemy, obecnie nieżyt (katar) nosa jest chorobą zakaźną; dziecko ma katar, gdyż zostało zakażone, nie zaś z „zaziębienia“. Zdolność zaś zapadania na nieżyty w ogromnej mierze zależy od ogólnej odporności dziecka; tę zaś odporność osiągamy w pierwszym rzędzie na drodze stałego pobytu na powietrzu. Powstaje więc błędne koło: dziecko ma katar i kaszle, z tego powodu zostaje zamknięte w domu i pozbawione powietrza, co pociąga za sobą obniżenie jego odporności na nieżyty. Zamknięcie więc dziecka w domu bynajmniej nie rozstrzyga sprawy, natomiast kurz a często i zaduch panujący w domu drażni drogi oddechowe dziecka, potęgując kaszel. Omal że codziennie spotykamy rodziców, którzy chodzą od lekarza do lekarza ze skargami na stały kaszel dzieci; rodzice żądają od le-

karza skutecznego lekarstwa, natomiast wszystkie wskazówki dotyczące unormowania trybu życia dziecka są zazwyczaj niechętnie wysłuchiwane i w bardzo licznych przypadkach nie wykonywane. Jednak rodzice sami przecież spostrzegają, że kaszel trwający w przeciągu szeregu miesięcy pobytu w mieście, w nieprzewietrzanych mieszkaniach, ustępuje w miesiącach letnich, gdy dziecko zaczyna dłużej przebywać na powietrzu. W bardzo licznych przypadkach powyższy kaszel jest spowodowany przez przewlekły nieżyt gardzieli; w tych przypadkach racjonalne leczenie jest w stanie usunąć kaszel i tu zasiągnięcie porady u specjalisty chorób gardła rozstrzyga sprawę. Lecz i w tych przypadkach zamykanie dziecka w nieprzewietrzanem mieszkaniu pogarsza tylko sprawę. Jak zostaje łagodzony kaszel przez pobyt na powietrzu, przekonywujemy się na chorych powracających z sanatorjum. Przy pozostawaniu przez całe dni na powietrzu, przy sypianiu przy otwartych oknach, chory kaszle zazwyczaj znacznie mniej, niż po powrocie do domu przy ograniczeniu dopływu świeżego powietrza. Jaskrawym również przykładem łagodzenia kaszlu przez pobyt na powietrzu jest krztusiec (koklusz); ogólnie znanym jest fakt, że dziecko chore na krztusiec kaszle dużo w domu, szczególnie w pokoju, źle przewietrzanym, natomiast pobyt na powietrzu i sen przy otwartych oknach wybitnie łagodzi napady kaszlu. Dotyczy to również i kaszlu przy zapaleniu płuc, tu również dopływ świeżego powietrza w sposób bardzo wyraźny obniża częstość i nasilenie kaszlu.

Dr. S. Popowski.



ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1) **Pani Bercie Stern z Delatyna:** Możemy podać tylko ogólne uwagi: 1) Dziecko nie powinno być głodzone; 2) Prócz piersi powinno dostać jakąś leczniczą mieszankę mleczną (Nr. 11 naszego pisma); 3) Pożądane jest, aby dziecko obejrzał lekarz-pedjatra.

2) **P. Z. Kisielewskiej z Białej:** Mała Irenka nie powinna się stykać z chorym na gruźlicę tatusiem.

ZNACZENIE KSZTAŁCENIA UCZUĆ ESTETYCZNYCH

Współczesne wychowanie zaczyna coraz większą zwracać uwagę na rozwijanie w dziecku uczuć estetycznych. Współczesny wychowawca widzi w rozwijanem w duszy dziecka poczuciu piękna siłę dodatnią, odgrywającą wielką rolę w kształtowaniu się charakteru.

Nie ulega wątpliwości, że obudzone poczucie piękna w wydatnym stopniu ułatwić może pracę nad wychowaniem moralnem. Pogląd ten znalazł wyraz w tak często powtarzanem zdaniu, że sztuka uszlachetnia.

W czem się ta siła uszlachetniania przejawia?

Wielkie idee ludzkości, ideały moralne przemawiają do duszy ludzkiej przedewszystkiem siłą zawartego w nich piękna. Im człowiek jest wrażliwszy na piękno, tym łatwiej przejmuje się temi ideami, tym większy wpływ na jego życie wywierają ideały etyczne. O tyle tylko idee moralne mogą oddziałać na życie człowieka, o ile związe go z niemi żywsze uczucie. Uczucia estetyczne obok uczuć religijnych spełniają to zadanie.

W naszem życiu codziennem w stosunku do wartości duchowych prawie zawsze określenie ładny jest bliskoznacznikiem określenia dobry, tak jak określenie brzydki (np. brzydki czyn) jest blizkoznacznikiem słowa zły. Wartość czynów szlachetnych, wzniosłość w życiu, odczuwamy przedewszystkiem jako piękno.

Pęd do doskonalenia się, do zbliżenia się życiem własnem do ideału obudzić się może w duszy dziecka nie przez moralizowanie, nie przez choćby najlepsze wytłomaczenie wartości ideału, ale przez obudzenie odczucia tkwiącego w nim piękna.

Jednym z zasadniczych czynników wychowania moralnego winno być kształcenie uczuć estetycznych. Nie chodzi w tym wypadku o kształcenie zdolności twórczych, potrzeba takiego kształcenia zachodzić może tylko w wypadku, gdy dziecko zdradza wybitne zdolności w jakiejś dziedzinie sztuki. Chodzi raczej o rozwijanie zdolności odbierania wrażeń estetycznych, chodzi o umożliwienie dziecku rozumienia i korzystania z nieprzebranego zasobu bogactw ducha, zawartych w dziełach sztuki.

Troska o to, by dziecko własne nie skazać na żywot ubogich duchem, winna towarzyszyć matce w ciągu całej jej pracy wychowawczej. Zachętą dostateczną do wysiłków w tej dziedzinie będzie dla matek świadomość, że przez rozwijanie uczuć estetycznych otwiera drogę do duszy swojego dziecka radości najistotniejszej, bo niezależnej od kolei życia, świadomość, że umiejętność dostrzegania dookola siebie piękna może stać się źródłem stałego nastroju pogody.

Ważną więc jest rzeczą, aby matki wskazywały dzieciom i nauczyły je dostrzegać piękno krajobrazu, wschodzącego i zachodzącego słońca, kwiatów, drzew, łąk, wód i lasów, piękno zawarte w obrazku, piosence, wierszyku, piękno ruchów i kształtów — jednem słowem, by dziecko, które jeszcze samo nie potrafi piękna dostrzec, nauczyły patrzyć i odczuwać piękno otaczającego świata, natury i sztuki. *Cz. Wojeńska.*

JUREK

Jurek ma osiem lat. Jego duże, szare, głęboko osadzone oczy patrzą rozumnie, ale dziwnie nieufnie i skrycie. Napróżno szukalibyśmy w nich dziecięcej prostoty i naiwności. Twarzyczka Jurka blada, mizerna, a cała postać szczupła, a nawet chuda, budzi współczucie i chęć jaknajdalej idącej pomocy.

Jurek chodzi już drugi rok do szkoły i właściwie przekroczył wiek wychowania przedszkolnego, przedstawia jednak bardzo interesujący przykład — jako wynik nieumiejętnego i błędnego prowadzenia właśnie w wieku przedszkolnym.

W szkole Jurek nie zdradza najmniejszego poczucia godności osobistej. Nie zdradza! On tego nie rozumie. Nikt w nim uczucia tego nie rozbudził, tak jak nie rozbudzono w nim i ambicji.

Jurka można chwalić czy ganić, nie robi to na nim żadnego wrażenia. Można go wstydzić wobec całej klasy, on stanie, oczy spuści w dół i z taką zaciętością stać może Bóg wie jak długo. Twarzyczka jego nie zdradza wtedy żadnego zażenowania, żadnej skruchy. Jakby skamieniał!

Gdy go chwalić, to przenikliwym spojrzeniem przeszywa człowieka, a na wąskich ustach jego zjawia się zaledwie dostrzegalny ironiczny uśmiech.

Stosunek Jurka do szkoły nie jest ani wrogi, ani przyjazny. Stosunek do kolegów prawie taki sam choć o charakterze zaczepnym, zabarwionym pewną złośliwością. Często zauważyć można, jak podczas pauzy Jurek zabawia się podstawianiem nogi kolegom i jak radośnie śmieje się, gdy któryś z nich upadnie. Na nic nie przyda się wtedy rozmowa, tłumaczenie i odwoływanie się doń: „nie czyń bliźniemu tego, co tobie nie miło“. Wystarczy odwrócić się, a Jurek zrobi to samo. Jeśli wyznaczyć mu jakąś karę, spełnia ją ze zwykłą swoją zaciętością, uporem i obojętnością.

Zadań szkolnych Jurek zasadniczo nie odrabia. Nigdy nie zdradził najmniejszego zainteresowania przedmiotami. W samorządowem życiu szkoły żadnego udziału nie bierze, ani nie podporządkowuje się jego regulaminowi.

To lekceważenie, ta obojętność Jurka do wszystkiego, ten absolutny

brak ambicji, poczucia, godności i odpowiedzialności, nasunęły podejrzenie, czy Jurek jest dzieckiem normalnem?

Posłano go do pracowni psychopedagogicznej, a badania wykazały zupełnie normalny rozwój inteligencji. Wtedy zaczęto szukać przyczyny takiego stanu dziecka poza jego umysłowością. Energiczniej zainteresowano się jego życiem w domu oraz poza domem i szkołą. I wydało się, że Jurek ma własne życie, własny krąg zainteresowań i działań, wymagających dużego sprytu, przedsiębiorczości, wysiłku, odwagi i energji. O jego życiu i działaniach poza domem, nie wiedziała nawet rodzona matka, która wezwana do wyjaśnień, tłumaczyła, iż Jurek od małego dziecka zdradzał krnąbrność i nieposłuszeństwo. Od małego dziecka był „utrapieniem" rodziców, rodzeństwa i służących. Nie było rzeczy, którejby Jurek nie ruszył, nie było szafy, kredensu czy pieca na któryby Jurek nie wdrapał się, bo nie było „zachcianki", którejby Jurek nie przeprowadził. Dość wcześnie również począł wymykać się z domu i ginąć na parę godzin; dokąd? po co? nikt dowiedzieć się nie mógł.

— A ja, proszę pani jestem jeszcze młoda. Mam trzydzieści sześć lat. Od życia też mi się coś należy dla siebie. Sił mi brak do „tych" dzieci. Chociaż... reszta dzieci to zupełnie co innego niż Jurek: posłuszne, grzeczne, dobre! On jeden nastręcza mi tyle trudu, kłopotów, wstydu!...

Przy tych wynurzeniach „macierzyńskich" spojrzałam uważniej i przenikliwiej na matkę.

Jej dobry wygląd fizyczny oraz brak zmęczenia na twarzy nie świadczyły o nadmiernym wysiłku i przepracowaniu, a dostatni i dość elegancki strój oraz duża doza pretensjonalności zdradzały raczej zbyt wiele pamięci o sobie. Wtedy nasunęło mi się szereg pytań: czy obojętny i mało ambitny Jurek nie powinien rościć pretensji do matki, że zbyt mało poświęcała mu czasu? że nie potrafiła rozbudzić w nim uczuć wyższych i szlachetniejszych. Czy jego ucieczki z domu nie są wynikiem szczupłego i mało ciekawego ogniska domowego? Czy właśnie ta mało interesująca atmosfera w połączeniu z zakazami: nie rusz, nie rób, nie chodź i t. d. nie wyprowadziły Jurka na podwórko, a wreszcie na ulicę?— Czy robiono wysiłek w kierunku zrozumienia duszy i potrzeb Jurka oraz czy robiono cośkolwiek w celu zaspokojenia zainteresowań malca? Czy brak ambicji i godności, oraz uparte zamknięcie się w sobie, połączone z brakiem zaufania do starszych nie jest czasem skutkiem brutalnej przewagi nad Jurkiem?

Czy odrębność chłopca od reszty rodzeństwa nie wskazywala rodzicom na wybitną indywidualność jego i czy nie dopominała się o specjalną opiekę?

Wytknięta bowiem przez Jurka linja postępowania, stworzenie sobie własnego życia poza domem, mimo przeszkód, kar i cierpień, dowodzą o zdecydowanych, choć ujemnych, cechach, zarysowującego się charakteru.

L. Barańska.

WIZYTA U BABCI

Stasieńku! Jedziemy po obiedzie do babci!

Radość nie do opisania! Stasiek wie jakim tramwajem jedzie się do babci, tylu wrażeń dozna, zobaczy tyle ludzi, koni!

A tam, u babci czeka go jeszcze większa przyjemność! Babcia taka dobra, tak kocha wnuczka szalenie, że myśli o nim zawsze. Zawczasu już napiekła t. zw. batożków — złotych kruchych ciasteczek, które tak smakują Staśkowi.

Po półgodzinnej przerwie wyciąga babcia śliczne różowe jabłuszko, które trzyletni chłopaczek ogryza ze wszystkich stron w ciągu pół godziny, a babcia przypomniała sobie właśnie, że on musi być głodny (bo przecież godzina już minęła od obiadu). Szykuje mu kakao, po którem Stasio dostaje kilka cukierków od dziadunia, co je zawsze nosi w kieszeni, a babcia przecie i od siebie musi ciastko z kremem wnusiowi ofiarować.

Już chłopaka mdli trochę, ale przecie kisielek został dla niego specjalnie zostawiony! — zjada i ten przysmak, bo i jakże tu odmówić; a gruszeczki jeszcze Stasiek nie sprobował, a dziadunio ma jeszcze „raczki“ — śliczne cukierki z raczkiem wyrysowanym na papierku. Batożki też wciąż znikają w buzi dziecka, ku wielkiej uciesze babci.

Ale oto kolacja i Stasiek nic jeść nie chce, wszystko mu nie smakuje: ani kaszka, ani jajeczka, ani kotlecik! Biedne dziecko! Bez apetytu dziś jakoś!

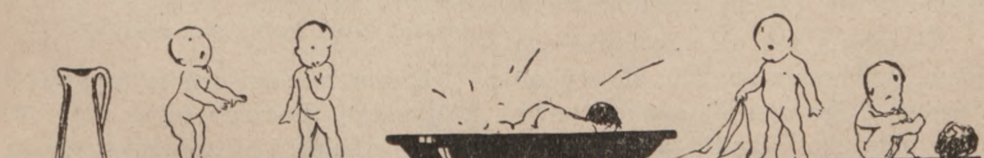
A w domu po powrocie od babci noc cała niespokojna, brzuszek boli, w robocie olej rycynowy, lub czekoladka ckliwa, która już wcale Stasiowi nie smakuje.

Proszę tylko o tem nie powiedzieć babci, bo ona kocha wnuczka nad wszystko i z dobrego serca i z przekonania głębokiego mówi, że „dzidziuś“ powinien wciąż mieć bułeczkę w ręku.

Znałam jeszcze kilka przykładów, gdzie blade, o przezroczystej cerze dzieci ludzi zamożnych karmiono co pół godziny to jajkiem, to mlekiem, to znowu czemś innem — nic dziwnego, że były one wciąż bez apetytu. Nawet cukierek przed obiadem nic nie pomagał!

A może byłoby skuteczniej trzymać się innej zasady i dawać dziecku jedzenie w regularnych odstępach czasu np. co 4 godziny i nigdy przed jedzeniem nie dawać słodyczy.

M. Matuszewska.



JAK UBRAĆ DZIECKO

Wiele matek sądzi, że ubranie dziecka zależnem jest jedynie od środków materjalnych i dobrego gustu. Zazwyczaj wybierając dla dzieci sukienki, tylko dwie rzeczy ma się na względzie: aby sukienka była ładna i niedroga — o tem aby odpowiadała wymaganiom higjeny, nie krępowała swobody ruchów dziecka i była mu wygodną nie myśli się zupełnie a przecież jest to rzecz bardzo ważna. Wiele ubogich i oszczędnych matek zmuszonych do ograniczania się w codziennych wydatkach oszczędza i to nie raz w sposób bardzo nie racjonalny na ubraniu dzieci. Np. przerabia się dla maleństw stare, znoszone przez osoby starsze ubrania, nie zawsze dające się wyprać i odczyścić, nabywa się ubranka z innych dzieci, nie zawsze zdrowych a nieraz nie znanych.— Pominąwszy, że jest to bardzo nie wskazane, wręcz szkodliwe, proszę wziąć pod uwagę, czy może być zdrowe, aby dzieci znaszały przepocone i brudne ubrania po innych osobach?

Na równi niezdrowem a dość rozpowszechnionem jest przefarbowywanie starych materji, domowym sposobem, w farbach, które zazwyczaj puszczają, a o których nie zawsze się wie, czy są nieszkodliwe.

Nie można też nie wspomnieć o taniem, tandetnem obuwiu, źle wykończonem, które ugniata nóżkę i powoduje obtarcia i ranki, tak samo jak o zmuszaniu dziecka, aby nosiło buciki za ciasne „bo są jeszcze dobre, całe i porządne". — W obuwiu tego rodzaju noga nie może się normalnie rozwijać i tak często spotykane nagniotki są tylko dotkliwem następstwem, źle dobranych bucików.

O ile zbyt oszczędne matki skąpią nieraz na odpowiednie ubranie swych dzieci, o tyle zamożne przesadzają często w odwrotnym kierunku i ubierają dzieci w takie mnóstwo wstążeczek, koroneczek, falbaneczek i t. p. ozdób krępujących swobodę ich ruchów, uniemożliwiających zabawę, a w dodatku nie dających się nieraz należycie odczyścić z kurzu, że nie podobna i tego systemu ubrania nieskrytykować, nie tylko z punktu widzenia higjeny, ale też i moralnego, gdyż, szczególniej u dziewczynek budzi to przedwcześnie zamiłowanie do stroju, pyszałkowatość i kokieterję.

Ubierając dziecko, nie może się matka kierować ani tem, co modne ani swojem widzimisię, że wspomnę o bardzo modnych obecnie pończoszkach odsłaniających kolana, które przetrzymują pod kolanem okrągłe, tamujące obieg krwi podwiązki, albo o bogobojnych osobach, które ofiarowały votum, że ich synek do 8 lat będzie nosił habit zakonnika!

Nieraz miałam ochotę zapytać taką matkę, dlaczego sama nie ubrała się w habit, jeśli zmusza swoje maleństwo do noszenia, długiego ciężkie-

go ubrania, uniemożliwiającego mu każdy ruch. — Łatwo składać ofiary cudzym kosztem!

Ubiór dziecka musi być wygodny: aby dziecko miało pod każdym względem swobodę ruchów, przewiewny: aby powietrze miało dostęp do ciała i czysty, uszyty z materjałów dających się często prać i barwionych nieszkodliwemi barwikami. Rzeczy nie dające się prać, jak płaszczyki, futerka i t. p. należy często trzepać i wietrzyć. — Jeśli dziecko na jakieś ubranie narzeka, należy zawsze dokładnie zbadać, czy nie ma słuszności, zanim się powie krótko a wygodnie, „że dziecko kaprysi". Nie ubierać dziecka w rzeczy za ciasne, za gorące i za ciężkie, nie męczyć dziecka uwagami, że ubranie nowe, więc nie śmie się zabrudzić, gdyż jest to nieosiągalnem, chyba, że się chce aby dziecko było lalką a nie człowiekiem, a chcąc w niem obudzić poczucie porządku, wystarczy, gdy matki będą pilnie przestrzegały, aby dziecko co rano było rzeczywiście czysto umyte i czysto ubrane w bieliznę i ubranie całe, bez dziur i plam — starannie rano i wieczór myte i czesane. Dziecko, nigdy niedbale nie ubrane, nauczy się i zrozumie łatwo, że porządek nie polega na obnoszeniu ładnego ubrania, lecz na schludności i porządku w noszeniu odzienia.

Nie należy też zapominać, że wszak ubraniem czystem nie nazywa się wyłącznie czystej sukienki i fartuszka, przedewszystkiem czystą musi być bielizna i pończoszki czy skarpetki. — Wogóle mydła i wody nie żałować.

Przy tej sposobności warto też wspomnieć o pościeli dziecka.—W porządnych nieraz a nawet zamożnych domach widzi się czasami tak brudne i zaniedbane łóżeczka dziecinne, że aż obrzydzenie bierze — pościel brudna i podarta, poduszki, materacyki nie wietrzone, kołderki poplamione. — Dziecko w tem leży i w tem oddycha — czy wystarczy ubrać je na drugi dzień w jedwabną sukienkę?

Kończąc niniejszy artykuł i przesyłając go Sz. Redakcji do zamieszczenia, proszę wszystkie Matki by mu poświęciły chwilę uwagi i namysłu a następnie przejrzały dokładnie ubrania i łóżeczka swoich dzieci.

M. W.

Do niniejszego numeru dołączamy okazowy numer „**PŁOMYCZKA**", pisma przeznaczonego dla młodszych dzieci.

„Płomyczek" rozporządzeniem Pana Ministra Oświaty z dn. 1.IV 1927 r. za nr. 2168/27 O. P. uznany został za konieczny dla uczniów I i II-go oddziału szkół powszechnych.





Praktyczna zabawka

Na fotografji tej widzimy małego anglika, — jest to dwuletni Jack, który jedzie na swoim ukochanym rowerze. Rower ten może zrobić każdy stolarz. Są to trzy kółka. Na kółkach tych opiera się siodełko, obite suknem, bo dzidziuś lubi siedzieć na niezbyt twardem. Przednie koło — jak widzimy — może być tak kierowane, że rower jedzie to na prawo to na lewo — lub też jedzie wprost przed siebie. Rower porusza się dzięki nóżkom małego Janka. Taka prosta zabawka, — a daje tyle radości!

W.

KUCHNIA NIEMOWLĘCA

I. Zupka maślano - mączna.

Wziąć:

100 gr. (½ szklanki) mleka,

3 gr. (¾ łyżeczki od herbaty) mąki pszennej,

5 gr. (1 łyżeczkę od herbaty) masła,

3—7 gr. (½ do 1½ łyżeczki od herbaty) cukru.

1. Wsypać mąkę do aluminjowego rondelka.

2. Do mąki wlać 2—3 łyżeczki mleka i rozrobić na papkę.

3. Do papki wlać resztę mleka, wsypać cukier i rozmieszać wszystko bardzo dokładnie, aby nie było krupek.

4. Po dokładnem rozrobieniu mieszaniny, postawić rondelek na ogniu, włożyć masło i gotować, mieszając ciągle, jak zwykłą mieszankę mleczną przez 3 do 5 minut.

II.

Ta sama zupka tylko zasmażkowa.

1. Zagrzać dobrze mleko.

2. Zrumienić masło w rondelku na kolor złoty.

3. Na zrumienione masło wsypać mąkę i smażyć aż do otrzymania gęstej masy jasno - brunatnego koloru (3—4 minuty).

4. Do tej mieszaniny dodać trochę mleka i rozmieszać, potem wsypać cukier, wlać resztę mleka i wszystko razem dobrze wymieszać.

5. Postawić mieszaninę na ogniu i mieszając ciągle, gotować przez 3—5 minut.

Papka maślano - mączna.

Wziąć:

7 gr. (1½ łyżeczki od herbaty) mąki,

5 gr. (1 łyżeczkę od herbaty) masła.

5 gr. (1 łyżeczkę od herbaty) cukru,

100 gr. (½ szklanki) mleka.

1. Rozrobić mąkę 2—3 łyżeczkami mleka na gęstą papkę, bez krupek.

2. Rozprowadzić papkę resztą mleka.

3. Wsypać cukier i wymieszać.

4. Postawić mieszaninę na ogniu, włożyć masło i mieszając ciągle, gotować przez kilka minut.

5. Powinna wyjść gęsta papka.

Uwaga: Zupki wspomniane mają zastosowanie u dzieci wyniszczonych, przeważnie w drugiem półroczu ich życia. Papki przeważnie podajemy dzieciom wymiotującym. Dawanie jednych i drugich niemowlęciu może mieć miejsce tylko na skutek zlecenia lekarskiego. *Lucyna.*

DZIENNIK KASI OD PIERWSZEGO DNIA JEJ URODZENIA*)

Czwartek, 5.V.1927.

Według moich obliczeń o cały miesiąc zawcześnie, w bardzo szybkiem tempie, urodziła się nasza upragniona Kasia. Wprawdzie mamy już 3 chłopców, ale oboje chcieliśmy mieć córeczkę. Poród sam trwał bardzo krótko — od pierwszych bólów 50 minut. Dziewuszka jest maleńka, drobna, uszka płaściutkie, przylegające do główki, czoło i skronie włoskami porośnięte, puszek na plecach i ramionach. Jest chuda, ale w porównaniu ze średnim bratem nie tak nadzwyczajnie: skóra fałduje się tylko na dłoniach. Waży 2800 gramów. Ma bardzo grubą pępowinę. Po wymyciu dziecina śpi nieprzerwanie.

Piątek, 6.V.

O 9-ej rano dostała już pierwszy raz piersi — dlatego pewnie, że słabsza, chociaż doktór mówi, że robi

*) Co pewien czas Redakcja będzie dawać swoje uwagi, tak w sprawie treści dziennika jak i listów przez ten dziennik spowodowanych.

wrażenie dosyć silnej i że nie przypuszcza, aby brakowało jej więcej, niż 2 tygodnie; ze względu na wagę i cały wygląd nie może być uważana za wcześniaka. Ze ssaniem bieda — nie umie chwytać i ciągnie słabiutko, muszę jej pomagać. Zresztą ta pozycja do karmienia na leżąco i nawznak bardzo niewygodna. Niepokoi mię, że w ciągu 36 godzin nie oddawała ani razu smółki; nie mam pojęcia, w jakim czasie normalnie to się odbywa. Chciałam jej dać przegotowanej czystej wody troszeczkę, pamiętam, że Olesiowi dawali, ale ta nie chce. Dostaje ssać co 3 godziny, ssie coraz lepiej. W nocy o 11-ej za nic ssać nie chciała, z pewną nawet siłą odwracała główinę, niedługo potem zwymiotowała czemś czarnem. Przeraziłam się, nie słyszałam ani widziałam przedtem takich wymiotów. W krótkim czasie po wymiotach płacze, najwidoczniej głodna, pakuje swoje maleńkie rączyny do buzi. Mimo, że wtedy się nie najadła, jeść dać nie chcę do określonej godziny — do 5-ej. I tak maleństwo ma przywileje ze względu na swój wiek i słabość: inne noworodki dostają tu jeść co 4 godziny, a w nocy mają odrazu 8 godzin przerwy.

Sobota, 7.V.

Uprosiłam o lawatywkę, bo dotąd właściwie nie oddawała smółki, tylko po maleńkiej odrobince. Wypróżnienie obfite, zaraz lepiej ssie, łapczywiej. Wysysa po 20 gr. — więcej za nic nie chce. Chwyta piersi zupełnie dobrze. Oczki otwiera, rusza niemi. Zaczyna być żółta.

Niedziela, 8.V.

Ssie już dzisiaj po 30 gr. Za każdym razem sprawdzają, kiedy wyplunie brodawkę; najdokładniej waga wyssanego pokarmu jest 30. W nocy po 3-godzinnej przerwie płacze z głodu, szuka najwyraźniej piersi, chwyta poduszkę i pakuje piąsteczki; o, biedulka musi się przyzwyczaić do 6-ciogodzinnej przerwy. Do dzisiaj ubyło jej 150 gr. Tak żałuję, że nie wiem, ile normalnie i w jakim czasie ubywa. Nie zdążyłam zabrać żadnej książeczki o chowaniu noworodków — pielęgniarka w zakładzie nie bardzo chce czy też umie powiedzieć.

Matka.

Prosimy o odnowienie prenumeraty na bieżący kwartał

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.

Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) — miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr.

Wydawca E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.